

Le sommeil raconté par un médecin itinérant

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Le sommeil raconté par un médecin itinérant : des climats tempérés à la brousse africaine et aux pôles / Alain Buguet ; préface de Raymond Cespuglio

Auteur(s) : Buguet, Alain (1944-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Cespuglio, Raymond (Préfacier)

Editeur, producteur : Paris : L'Harmattan, copyright 2020

Description matérielle : 1 vol. (290 p.) : ill. ; 24 cm

Collection : Acteurs de la science

ISBN : 978-2-343-20164-1

EAN : 9782343201641

Appartient à la collection : Les Acteurs de la science 1625-3302

Note sur les bibliographies et les index : Références p. 11. Notes et bibliogr. p. 249-285

Résumé ou extrait : Chacun de nous dort six à neuf heures par nuit. Chacun de nous rêve 90 à 120 minutes par nuit. Chacun de nous a un jour rencontré des problèmes pour bien dormir. Mais que sait-on du sommeil ? Ce livre raconte le sommeil et sa pathologie. Il évite l'écueil de la thérapeutique, mais décrit les méthodes "douces" et comportementales. Les descriptions et explications sont simples, claires, jamais simplistes. Epaulé par une bibliographie scientifique, l'auteur s'appuie sur son expérience de médecin chercheur itinérant qui utilise les moyens du laboratoire de sommeil moderne. Alors, suivons l'auteur au fil de cette très sérieuse et passionnante découverte du sommeil.

Sujet - Nom commun : Sommeil
Troubles du sommeil
Trypanosomiase africaine
Sommeil -- Physiologie

Image de présentation :

Alain Buguet

LE SOMMEIL

RACONTÉ PAR UN MÉDECIN ITINÉRANT

Des climats tempérés
à la brousse africaine et aux pôles



Préface de Raymond Cespuglio

Acteur **S** de
la science

L'Harmattan

Text alternatif image de présentation : 83132.png